

MES: Julio 2019

COLEGIO: STELLA MARIS

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
<div>1</div> <div>Macarrones con salsa de tomate Lacón a la gallega con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Macaroni with tomato sauce Lacón pork shoulder with potatoes with lettuce &amp; sweetcorn Fruit and bread</div>	<div>2</div> <div>Arroz tres delicias Tortilla francesa de jamón york con ensalada de lechuga y aceitunas negras Yogur de soja y pan Chinese fried rice Cooked ham omelette with lettuce &amp; olives Soy yoghurt and bread</div>	<div>3</div> <div>Lentejas estofadas con verduras Pollo asado con verduras Fruta y pan Stewed lentils Grilled chicken with vegetables Fruit and bread</div>	<div>4</div> <div>Crema de calabaza Filete de merluza a la andaluza con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan Butternut squash cream Andalusian style hake with lettuce &amp; sweetcorn Fruit and bread</div>	<div>5</div> <div>Sopa de ave con fideos Hamburguesa a la plancha con patatas fritas Fruta y pan Chicken soup with noodles Grilled hamburger with french fries Fruit and bread</div>	<div>VE:</div> <div>703</div> <div>HC:</div> <div>85</div> <div>PROT:</div> <div>29</div> <div>GT:</div> <div>27</div>
<div>8</div> <div>Crema de calabacín Ragout de pavo con patatas fritas Fruta y pan Zucchini cream Turkey stew with french fries Fruit and bread</div>	<div>9</div> <div>Alubias estofadas con verduras Lomo a la plancha con ensalada Yogur de soja y pan Beans with vegetables Grilled tenderloin with salad Soy yoghurt and bread</div>	<div>10</div> <div>Coditos con salsa de tomate Ventresca de merluza al horno con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan Elbow macaroni with tomato sauce Baked hake with green salad with olives Fruit and bread</div>	<div>11</div> <div>Paella de verduras Revuelto de jamón york con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan Vegetarian paella Scrambled eggs with ham with lettuce &amp; tomatoes Fruit and bread</div>	<div>12</div> <div>Sopa de estrellas Albóndigas con tomate con patatas dado Helado de fresa y pan Star pasta soup Meatballs with tomato sauce with diced potatoes Strawberry ice cream and bread</div>	<div>VE:</div> <div>696</div> <div>HC:</div> <div>81</div> <div>PROT:</div> <div>27</div> <div>GT:</div> <div>28</div>
<div>15</div> <div>Arroz con salsa de tomate Abadejo a la andaluza con ensalada de lechuga y remolacha Fruta y pan Rice with tomato sauce Andalusian style haddock with lettuce and beets Fruit and bread</div>	<div>16</div> <div>Lentejas estofadas con verduras Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga y aceitunas Yogur de soja y pan Stewed lentils Zucchini omelette with green salad with olives Soy yoghurt and bread</div>	<div>17</div> <div>Puré de verduras Albóndigas a la jardinera Fruta y pan Vegetables purée Meatballs with vegetables Fruit and bread</div>	<div>18</div> <div>Sopa de fideos Jamoncitos de pollo al ajillo con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan Noodle soup Chicken drumsticks in garlic sauce with lettuce &amp; olives Fruit and bread</div>	<div>19</div> <div>Macarrones napolitana Magro con patatas dado Fruta y pan Napolitan macaroni Pork loin steak with diced potatoes Fruit and bread</div>	<div>VE:</div> <div>705</div> <div>HC:</div> <div>82</div> <div>PROT:</div> <div>31</div> <div>GT:</div> <div>27</div>
<div>22</div> <div>Crema de calabacín Lacón a la gallega con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan Zucchini cream Lacón pork shoulder with potatoes with lettuce &amp; carrot Fruit and bread</div>	<div>23</div> <div>Sopa de picadillo Lomo a la plancha con ensalada de lechuga y aceitunas Yogur de soja y pan Broth with ham &amp; egg bits Grilled tenderloin with green salad with olives Soy yoghurt and bread</div>	<div>24</div> <div>Arroz con salsa de tomate Filete de merluza al horno con ensalada Fruta y pan Rice with tomato sauce Baked hake with salad Fruit and bread</div>	<div>25</div> <div>Lentejas estofadas con verduras Revuelto de jamón york con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan Stewed lentils Scrambled eggs with ham with green salad with olives Fruit and bread</div>	<div>26</div> <div>Coditos a la napolitana Pollo asado con patatas fritas Helado de fresa y pan Napolitan style elbow macaroni Grilled chicken with french fries Strawberry ice cream and bread</div>	<div>VE:</div> <div>669</div> <div>HC:</div> <div>77</div> <div>PROT:</div> <div>28</div> <div>GT:</div> <div>30</div>
<div>29</div>	<div>30</div>	<div>31</div>		<div>SIN PROTEINA DE LECHE DE VACA</div>	<div>VE:</div> <div>0</div> <div>HC:</div> <div>0</div> <div>PROT:</div> <div>0</div> <div>GT:</div> <div>0</div>